

MANON PELLEGRINO

Les produits **Beauté Simple** utilisés lors des massages et soins sont 100% naturels



Un Temps Pour Toi

MANON PELLEGRINO

1 impasse Saint-Pierre
83460 LES ARCS SUR ARGENS

TÉL. **06 77 56 26 87**

Suivez-moi ou Contactez-moi

Ne pas jeter sur la voie puplique - Manon Pellegrino, Un Temps Pour Toi - SIREN 824906986 / Conception Robin et Odile 06 60 63 17 42

Soins du visage,
marque Beauté Simple

Produits naturels, bio et slow cosmétique fabriqués en France gorgés d'huiles essentielles, d'huiles végétales, d'actifs naturels et performants, pour le respect de notre notre santé et surtout pour leur efficacité.

PARENTHÉSE DÉCOUVERTE — 30"

- Nettoyage,
- Gommage,
- Masque hydratant/anti-âge/purifiant,
- Crème de fin de soin.

SOIN PERSONNALISÉ — 1h

selon type de peau

- Nettoyage,
- Gommage,
- Massage,
- Masque hydratant / anti-âge/purifiant,
- Crème de fin de soin.

Soins spécifiques, Beauté Simple

« ANTI-TÂCHES & COUP D'ÉCLAT » — 1h

Donne de l'éclat à la peau, atténue l'apparence des taches brunes et imperfections du teint. Nettoyage, gommage enzymatique, massage, masque peel off au riz, sérum anti-tâches, crème de fin de soin anti-tâches.

ANTI-ÂGE — 1h

Nourrit en profondeur, repulpe et raffermit la peau. Nettoyage, gommage, massage à l'huile merveilleuse, masque tissu spécifique anti-âge, crème de fin de soin.

PURIFIANT — 1h

Nettoie en profondeur les impuretés, apaise, régule et traite les imperfections et l'excès de sébum. Nettoyage, gommage enzymatique, massage aux huiles spécifiques peau grasse, masque pureté & masque peel off (double masque), crème de fin de soin.

Soins spécifiques du visage,
Beauté Simple

MICRODERMABRASION VÉGÉTALE — 1h

23 principes actifs agissant en synergie comme une véritable gomme contre tous les problèmes de peaux :
Nettoie en profondeur les peaux grasses et acnéiques, ravive le teint des peaux ternes et fatiguées, atténue les taches pigmentaires, lisse les rides, élimine les peaux mortes, lutte contre le vieillissement cutané, hydrate et restaure l'élasticité de la peau.

Nettoyage selon le type de peau, la microdermabrasion végétale en gommage ou en masque, massage, crème de fin de soin.

LE KOBIDO, — 1h
(massage facial japonnais)

C'est un massage facial qui s'effectue par un mélange harmonieux de lissages, percussions et acupressions. Il vise à stimuler les fluides sanguins, lymphatiques et énergétique du visage et du cou. Ce véritable rituel anti-âge vient lisser, détendre, tonifier et assouplir l'ensemble du visage.

Cette chorégraphie des mains à la fois douce et intense, légère et profonde, offre au visage un véritable lifting naturel, ainsi qu'un joli coup d'éclat redonnant à la peau toute sa lumière.



Moment « Pure Détente »

1 MASSAGE CORPS & 1 SOIN VISAGE

2 x 1h30

Un Temps Pour Toi

MANON PELLEGRINO



Pour elle & lui ou en duo

LES MASSAGES
CORPS & VISAGE

- BIEN-ÊTRE
- THÉRAPEUTIQUE
- ÉNERGÉTIQUE
- SPÉCIFIQUE



LES ARCS-SUR-ARGENS
ET/OU À DOMICILE

SUR RENDEZ-VOUS

06 77 56 26 87

Massages personnalisés

Nous choisirons ensemble le massage en fonction des besoins et envies du moment.

MASSAGE INDIVIDUEL
1h / 1h30

Selon vos envies ou besoins du moment

MASSAGE DUO
1h / 1h30

Les massages duo, en couple ou entre ami(e)s, sont personnalisables.

MASSAGE 4 MAINS
1h

Le corps est massé simultanément par 2 masseurs/euses pour un sentiment de relaxation décuplé.

Massages spécifiques

CHI NEI TSANG (Massage du Ventre)
1h

Une pratique ancestrale issu de la médecine traditionnelle chinoise (MTC) qui consiste à masser l'abdomen en travaillant la libre circulation des énergies des organes internes : ***foie, rate, intestins, reins, poumons.***

Le Chi Nei Tsang aide à

- **Relâcher** les nœuds et zones de tensions du diaphragme pour une meilleure respiration
- **Eliminer** les émotions désagréables conscientes ou refoulées (peur, stress, colère, inquiétude, mélancolie, pensées incessantes, impatience, phobies)
- **Améliorer** les troubles intestinaux (diarrhées, constipation, douleurs)
- **Soulager** les douleurs chroniques, notamment dans le dos et le cou
- **Restaurer** la vitalité.
- **Fortifier** le système immunitaire en libérant les toxines

MASSAGE CRANIEN
1h

C'est un massage non invasif, qui touche les os et les muscles de la tête, de la colonne vertébrale, de la nuque et du visage.

Les bienfaits d'une séance

- **Adoucit** les traits du visage et calme les tensions dans la nuque et le haut du corps
- **Soulage** les maux de tête et des yeux
- **Améliore** le sommeil dû à la détente
- **Diminue** le stress
- **Favorise** la pousse de cheveux et les rend plus brillant

MASSAGE FEMME ENCEINTE
1h

Ce massage permet de soulager la future maman durant sa grossesse, jusqu'à l'arrivée de bébé

Les bienfaits d'une séance

- **Soulage** les tensions dans le dos dues au poids du bébé
- **Relancer** la circulation sanguine et lymphatique des jambes lourdes et douloureuses
- **Diminue** le stress de l'accouchement

REFLEXOLOGIE PLANTAIRE
1h

La réflexologie plantaire est une technique de massage relaxant et d'acupression sur l'ensemble des pieds et bas de jambes permettant de modifier l'énergie du corps entier. La stimulation d'une zone décongestionne les nerfs et les tissus en éliminant les toxines et aide ainsi le corps à s'autoguérir tout en procurant une sensation de bien-être.

MASSAGE INDIEN
1h

C'est un massage pour rééquilibrer l'harmonie entre le corps et l'esprit. Il permet de débloquer les points énergétiques et d'aider la libre circulation de l'énergie vitale dans ces zones. Il est également associé à du yoga en étirant chaque zone du corps.

LE DRAINAGE LYMPHATIQUE
50 min.

Le massage drainant utilise des techniques manuelles douces.

Les bienfaits d'une séance

- **Elimine** la cellulite
- **Relance** la circulation sanguine veineuse et lymphatique afin de renforcer le système immunitaire
- **Soulage** les jambes lourdes et les douleurs causées par les varices
- **Evite** la rétention d'eau (très fréquent en cas de grossesse)
- **Accélère** la cicatrisation
- **Elimine** plus rapidement un lymphœdème, dû à la chirurgie du cancer du sein

SYNERGÉTIQUE CHINOIS
1h

C'est à partir des méridiens (canaux d'énergie qui sont directement rattachés aux organes ou à des fonctions précises du corps), que la digito-pression des points énergétiques, permet de débloquer les émotions afin de rétablir une harmonie de base et retrouver l'équilibre.
Selon la médecine chinoise, nos organes n'assurent pas seulement une fonction physiologique, ils sont aussi directement liés à nos émotions.

Les 5 émotions fondamentales chacune associée à un ou plusieurs organes

- La **colère** et le **foie**
- La **joie** et le **coeur**
- La **tristesse** et le **poumon**
- La **peur** et le **rein**
- Le **souci**, lié à la **rate** et à l'**estomac**.

uniquement
sur rendez-vous
06 77 56 26 87
Un Temps Pour Toi
MANON PELLEGRINO



Soins et massages du visage

nouveau soin

LIFTING ÉNERGÉTIQUE CHINOIS
1h

Technique issue de la Médecine traditionnelle chinoise qui consiste à :
- **Toucher par l'ACUPRESSION** certains points précis du visage.
- **Utiliser des VENTOUSES** à travers un système d'aspiration indolore pour améliorer la qualité de la peau mais aussi pour rééquilibrer les énergies du corps et de l'esprit.

La ventouse estompe les signes de l'âge, lisse les rides et les ridules pour une action tonifiante, raffermissante et effet bonne mine.

La stimulation des différents points d'acupression du visage agit sur les organes, qui fonctionne en duo :

- Le duo REINS/VESSIE
- Le duo POUMONS/GROS INTESTIN
- Le duo COEUR/INTESTIN GRELE
- Le duo FOIE/VESICULE BILIAIRE
- Le duo RATE/ESTOMAC

Ce soin permet de :

- **Rétablir** l'équilibre des énergies du corps et de l'esprit,
- **Favoriser** la relaxation musculaire,
- **Soulager** le stress et l'anxiété,
- **Améliorer** la circulation sanguine
- **Libérer** les émotions

Retrouvez les tarifs sur ma page internet : https://www.coccinelleetcoquelicot.com/bien-etre-et-therapies-naturelles/manon-pellegrino-un-temps-pour-toi